



СМОТРИ ВЫШЕ!

# РИЕНТИР

ВЫПУСК 34, АПРЕЛЬ-МАЙ 2018



1 1 1





САМЫЙ ЮНЫЙ ЖУРНАЛИСТ

# БУДУЩЕЕ В НАСТОЯЩЕМ

КТО ДЕЛАЕТ ДОМА «УМНЕЕ»?

Вы, наверное, знаете, что такое «умный дом», ведь так? Нет, «умный дом» не решает задачи по математике и не отвечает на уроке русского языка, что такое глагол. Этот дом может пылесосить, включить там, где нужно, свет, задернуть шторы, может проверить, все ли любимые хозяином продукты есть в холодильнике и сообщить ему об этом смской на телефон, может следить за чистотой воздуха и охранять сам себя от грабителей. В общем, «умный дом» при помощи автоматики может делать многие бытовые дела за хозяина, как простые, так и довольно сложные.

Наверняка вы видели такие дома в фильмах про будущее. Но это не только фантастика, такие дома есть на самом деле. Для того, чтобы обычная квартира стала «умной», над ней должны поработать разные специалисты: инженеры-проектировщики, программисты, монтажники и многие другие профессионалы. Например, есть специалисты, которые уже давно делают большинство домов немножко «умнее» и самостоятельнее — это электромонтеры охранно-пожарной сигнализации.

Про эту профессию мы в 3 «Б» узнали довольно много благодаря нашим учителям Федору Николаевичу, Валентине Петровне и гостям из Образовательного комплекса градостроительства «Столица», где обучают этой профессии. 28 марта к нам на урок пришли мастера и трое студентов (будущих специалистов по установке сигнализаций), вместе с ними мы сами смогли собрать простые датчики пожарной сигнализации.

Еще они рассказали нам, как менялась система оповещения о пожарах. Первой системой пожарной сигнализации была пожарная каланча, она должна была быть выше всех других домов в городе, с колоколом, чтобы сообщить всем о том, что начался пожар. Но города становились все больше, дома — все выше, и с каланчи пожарные уже не могли рассмотреть все, что происходит в городе. В девятнадцатом веке о пожаре сообщали при помощи азбуки Морзе. Потом российские ученые создали прибор, который срабатывал при изменении температуры воздуха, так появились датчики пожарной сигнализации, а значит, и специалисты, которые устанавливают и следят за исправностью этих систем — электромонтеры охранно-пожарной сигнализации. Наши дома стали «умнее», а среди множества профессий появилась еще одна новая.

Какими личными качествами должен обладать такой специалист? Узнать об этом можно изучив профессиограмму — описание профессии, в которой указано, какими способностями, качествами должен обладать человек, чтобы быть успешным в специальности. Например, мы узнали, что специалисту — электромонтеру требуется в работе сила, выносливость,

умение хорошо сосредотачиваться, быть очень ответственным, потому что от его труда зависит здоровье и жизнь людей.

Вот так мы познакомились с еще одной профессией и смогли попробовать ее сами. Ну, и если говорить про «умный дом», который может делать все автоматически, то, конечно, в наше время это еще пока редкость, но можно представить, что через несколько десятков лет огромное количество изобретений станет доступно для всех, и дома сильно «поумнеют», а значит, понадобится много специалистов, умеющих создавать «умные дома» и следить за тем, чтобы они не «сходили с ума».

*Лев Музюкин 3 «Б»*

*Кира-Дорофея Дубовая 3 «Б»*



**Р. S.** Как сделать выбор профессии? Как понять будет ли мне интересно в той профессии, на которой остановился выбор, будет ли она востребована в будущем, хорошо ли я понимаю ее особенности? Для того, чтобы ответить на эти вопросы, нужно уметь делать анализ развития экономических отраслей и знать собственные личностные особенности.

Разрабатываемая в настоящее время концепция «Развития столичного образования 2025» радикально меняет подходы к организации образования в школе. С одной стороны, она ориентирована на предоставление большой свободы учащимся в построении индивидуальной образовательной траектории, с другой стороны, она предполагает значительное увеличение собственной ответственности за сделанный выбор. Именно поэтому в нашей школе мы сосредоточили свое внимание на развитии навыков самоопределения у учащихся, начиная с младшей школы.

*Грецова В.П.,*

*педагог дополнительного образования*

## ИНТЕРЕСНОЕ

## УЧЕБА С КОМФОРТОМ

АЛЬТЕРНАТИВНЫЕ МЕСТА ДЛЯ ЗАНЯТИЙ

## 01. ПАРК

Идеальный вариант для любителей свежего воздуха, к тому же бюджетный. В будни там мало людей, и никто не будет мешать сконцентрироваться на задании. Возьми с собой плед и наслаждайся природой! Мы рекомендуем парк искусств Музеон — уникальный музей под открытым небом. Множество лежаков и скамеек необычной формы, удивительные скульптуры, живописный вид на набережную... Такое не каждый день увидишь!



## 02. КОФЕЙНЯ

Поощрение — очень важная часть учебной мотивации. В данном случае наградой за выполнение домашнего задания может стать чашечка кофе или, например, любимый десерт. И далеко ходить не надо! Рядом с нашей школой в паре метров от метро Новокузнецкая находится уютное заведение под названием Cofix. Его фишка в большом ассортименте кофейных напитков (качественных, кстати) и довольно низких ценах. Эта кофейня достаточно небольшая, но столы, бесплатный Wi-Fi и розетки есть.



## 03. БИБЛИОТЕКА

Если тебя способен отвлечь любой шорох, то это самый лучший выбор. Никто не будет шуметь, даже если очень захочет: строгие библиотекарши всегда начеку! Также это место для занятий очень удобно в ситуациях, когда нужна уникальная информация, которой нет в интернете. В Москве много красивых и комфортных мест такого типа, но мы остановились на библиотеке Ф. М. Достоевского. Можно расположиться за длинным белым столом, усесться на подоконнике или найти уголок поукромнее. Современный интерьер и безмятежная атмосфера понравится даже тем, кто скептически относится к посещению библиотек.



## 04. КНИЖНЫЙ МАГАЗИН

В последнее время книжные магазины стали совмещать с кафе, так что теперь есть возможность не только приобрести любимые произведения и всяческие безделушки, но и поделаться уроки в умиротворённой обстановке, параллельно подкрепившись. Магазин «Республика» на Тверской-Ямской — один из самых интересных книжных нового формата. На первом этаже расположен сам торговый зал (осторожно: можно очень надолго застрять, рассматривая всякие интересные штуки), а на втором — кафе с зеркальным потолком, разнообразным меню и доброжелательным персоналом. Розетки и Wi-Fi, разумеется, в наличии. Очень удобно!



Варя Филиппенко



## ИНТЕРЕСНОЕ

## СТРАХИ И ФОБИИ

## ЧТО ТАКОЕ ФОБИИ И СТРАХИ

Представьте себе ситуацию: «Анонимный клуб всевозможных фобий»:

— Меня зовут Маша. И у меня арахнофобия, — сказала Маша.

— Я Катя. И я страдаю клаустрофобией — прошептала Катя

— А я Миша. Я боюсь неудач, — проглотил Миша.

— Что? Неудач? Да разве можно это назвать ужасно-вопиющей фобией?! — негодуя воскликнула девочка, — это же просто страх, не больше! Ты должен быть изгнан из нашего общества.

— Давайте для начала разберемся, в чем отличие между фобией и страхом, — прозвучал пугающе-пленительный голос диктора из темноты.

**Фобия** — необоснованный страх, излишняя тревога. В определённых ситуациях она может быть вызвана присутствием или ожиданием некоего известного/неизвестного объекта/события.

**Страх** — внутреннее состояние, обусловленное грозящим реальным или предполагаемым бедствием. С точки зрения психологии считается отрицательно окрашенным эмоциональным процессом.

*Страх защищает человека от опасности, по сути он является инстинктом самосохранения. Фобии, напротив, мало помогают при возможной угрозе.*

— Хм., интересно. Ну, раз мы все страдаем тут, то.., наверное, Мишеньке можно остаться? — заботливо пролепетала Катя.

— Думаю да, — подтвердила Маша.

— Вам же наверняка страшно, ребята. Ведь так? — жуткий голос из темноты прочитал их мысли. — Но не стоит бояться, вы не одни! Практически 8% россиян страдают

от разнообразных фобий — сильных, иррациональных страхов, возникающих в определенных ситуациях, при каких-либо занятиях, при встрече с некоторыми объектами (самые часто встречаемые: полет на самолете, подъем в лифте, поход к стоматологу, животные, нахождение высоко над землей). Страдая от фобии, вы отдаете себе отчет в своих страхах и тревогах, знаете, что они абсолютно необоснованны, но все же не можете справиться со своими чувствами. К тому же, фобии могут быть настолько сильными, что буквально парализуют вас.

На данный момент фобий существует огромное множество. Вот, например, те, о которых вы могли даже не подозревать:

« **Пеладофобия** — боязнь лысых. Вас тревожит нахождение поблизости лысого человека? Тогда вы можете быть ярким примером человека, страдающего пеладофобией. Но, что же может быть в человеке без волос, что наводит такой приступ паники? Причина может идти из раннего детства или быть наследственной.

« **Катисофобия** — боязнь сидеть или садиться. Если каждый раз, когда вам нужно присесть, вас охватывает беспокойство, вам трудно дышать, вы потеете, значит у вас тоже катисофобия. Боязнь сидеть может быть результатом

травматического события, связанного с болью или наказанием посредством сидячего положения.

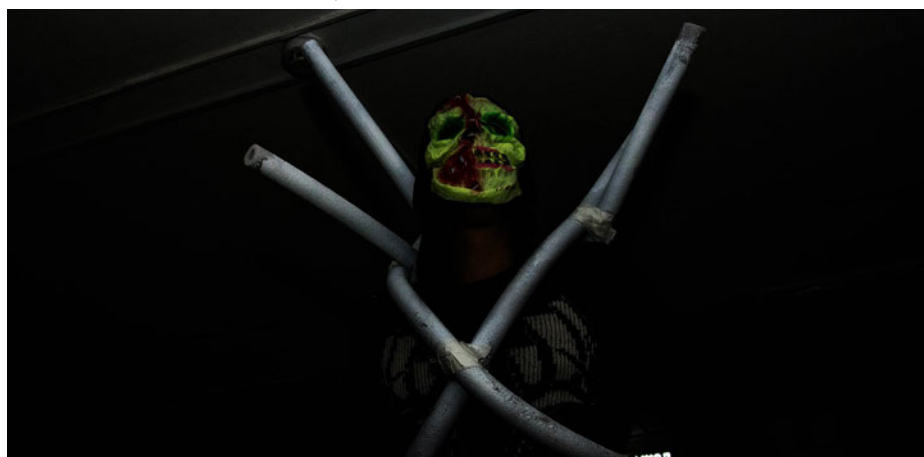
« **Акрибофобия** — навязчивый страх не понять смысл прочитанного. Иногда может стать признаком шизофрении (когда больные жалуются, что фраза распадается на слова и отдельные слоги).

« **Кумпунофобия** — боязнь пуговиц. 1 человек из 75 000 страдает этой фобией, таким людям не советуем смотреть мультфильм «Коралина в Стране Кошмаров» — для них это будет самым настоящим кошмаром.

Смешно и необычно, не так ли? А что вы скажите на это:

« **Номофобия** — страх отсутствия мобильного телефона. Возможно, самая невероятная, порожденная 21-м веком, фобия — это номофобия, приписываемая людям, которые не могут перенести саму мысль о невозможности связаться с ними посредством мобильного устройства связи. Недавние исследования показали, что около 50% пользователей мобильных телефонов чувствуют себя слегка беспокойно и весьма некомфортно, если по каким-то причинам они не могут воспользоваться мобильным. А некоторых из них охватывает обширная иррациональная паника в таких случаях.

**Узнали себя?**



## ИНТЕРЕСНОЕ

**НЕ СТОИТ БОЯТЬСЯ!**

ТЕСТ НА НАЛИЧИЕ ФОБИЙ И МЕТОДЫ БОРЬБЫ С НИМИ

**МЕТОДЫ БОРЬБЫ С ФОБИЯМИ**

Конечно, первое страстное желание у человека, страдающего фобией, — избежать опасной, на его взгляд, ситуации. Однако существуют фобии, которые не дают такой возможности: например, танатофобия (страх смерти). Эликсира бессмертия еще не изобрели. Сколько ни бегай от смерти, она тебя все равно найдет, — это вам не боязнь пингвинов, с которыми вы действительно можете никогда не встретиться.

Однако психотерапевты утверждают, что избегание только укрепляет страх, запускает эту болезнь, как любую другую.

Большинство фобий лечится методом «клин клином вышибают». Этот метод сопровождается постепенной демонстрацией пугающего объекта или ситуации. Например, у человека боязнь мышей. Сначала пациент видит мышь через стекло, затем ее вносят в комнату, потом дают погладить ее.

В случаях с абстрактными фобиями применяется гипноз и медитация. Для многих абстрактных фобий характерно состояние постоянной тревоги неизвестно перед чем. В этом случае требуется превратить тревогу в конкретный страх, ведь страху можно противостоять, с ним можно бороться. Это позволяет понять секрет популярности всевозможных триллеров, «ужастиков» — они порождают конкретные страхи, которые замещают место размытой, неустрашимой тревоги.

— А что, если человек не знает, есть ли у него фобия или нет? — заволновались девочки.

— Именно поэтому, я приготовил вам специальный тест, на выявление фобий — голос из темноты был уже не таким пугающим.

**ТЕСТ НА ВЫЯВЛЕНИЕ ФОБИЙ**

*Для того, чтобы определить интенсивность своих страхов, а также наличие (или отсутствие) фобий, можно воспользоваться приведенным ниже опросником, разработанным Ю.Щербатых и Е.Ивлевой.*

*Инструкция: Внимательно прочитайте вопросы. При положительном ответе на вопрос попытайтесь оценить интенсивность возникающей эмоции по 10-бальной шкале, определив интенсивность переживаний того или иного страха. Если вы совсем не испытываете данного страха, поставьте цифру «1».*

1. Можно ли сказать, что некоторые животные (пауки, змеи) вызывают у Вас беспокойство?
2. Бойтесь ли Вы темноты?
3. Беспокоит ли Вас возможность болезненных изменений в Вашем психическом состоянии?
4. Насколько сильно Вас беспокоит возможность болезни близких людей?
5. Бойтесь ли Вы оказаться жертвой преступного нападения на городских улицах?
6. Испытываете ли Вы неприятные ощущения (учащение дыхания, сердцебиения и пр.) во время вызова на “ковер” к начальству?
7. Страшат ли Вас возможные изменения в личной жизни (ухудшение взаимоотношений с близким человеком), которые могут произойти в будущем?
8. Знаком ли Вам страх ответственности (принятия ответственных решений)?
9. Пугает ли Вас перспектива неизбежной старости?
10. Возникает ли у Вас чувство страха при нарушении ритма сердца или болевых ощущениях в нем?
11. Насколько Вас страшит перспектива бедности?
12. Пугает ли Вас неопределенность будущего?
13. Насколько высоко Вы можете оценить свой страх, который испытываете, когда идете на экзамен?
14. Тревожит ли Вас возможность войны?
15. Часто ли посещает Вас страх смерти?
16. Возникают ли у Вас неприятные ощущения, когда Вы находитесь в замкнутых пространствах (лифт, закрытая комната)?
17. Бойтесь ли Вы высоты?
18. Бойтесь ли Вы глубины?
19. Бойтесь ли Вы, что в случае болезни близких людей, в Вашей жизни произойдут неблагоприятные изменения?
20. Испытываете ли Вы повторяющийся страх заболеть каким-либо заболеванием?
21. Насколько Вам знаком страх самоубийства?
22. Испытываете ли Вы страх перед публичными выступлениями?
23. Посещает ли Вас чувство тревоги из-за агрессивного поведения по отношению к своим близким (желания избить, нанести повреждение, убить и т.п.)?

*После выполнения теста сложите все 23 цифры, полученные в каждом вопросе, и Вы получите показатель страха. У мужчин средний показатель страха — 76-80, а у женщин — 100-104. Если Ваш результат в 1,5-2 раза превышает средний показатель, то следует обратиться к психологу.*

Признаюсь вам честно, я тоже боялась писать эту статью. Но, как бы то ни было сложно, со своими страхами нужно бороться, особенно, если они приносят вам неудобства.

Даша Малова

## ИНТЕРЕСНОЕ

## 0,99% ТЕКСТА

ДЛЯ ЛЮБИТЕЛЕЙ КНИЖНЫХ КАРТИНОК

Думаю, что каждый из нас хоть раз в жизни держал в руках комикс или наткнулся на отдельные странички из комиксов на просторах интернета. Нарисованные истории, истории в картинках или просто комиксы — занимают свое, довольно большое, место в массовой культуре. Не секрет, что их основная аудитория — это молодежь, но популярность среди более старшего поколения они тоже имеют. Конечно, многие могут считать комиксы чем-то несерьезным лишь потому, что это не просто «книжка с картинками», а книга целиком состоящая из картинок, более легкая для восприятия, а значит «не достойная внимания таких умных людей, как я». Но сейчас комиксы «выросли» из своего старого образа «смешных историй» и стали целыми вселенными, в которых герои сталкиваются со сложными вопросами, например, оправдано ли насилие в борьбе со злом? Поэтому в том, что вас затягивают эти вселенные, нет ничего стыдного.

Скорее всего, первыми комиксами, которые придут вам на ум будут комиксы вселенной Марвел, а если уж вы не читали ни одного комикса о супергероях, то хотя бы видели фильмы о них... ну, или хотя бы трейлеры этих фильмов. Но спешу вам сообщить, американские комиксы — не единственная вещь, на которую стоит обратить внимание! Комиксы распространены в Бельгии, Франции, Англии и Японии (в ней они называются «манга»). Они могут быть совершенно разного размера, могут выпускаться большими сериями, а могут — синглами. В интернете есть огромное количество художников, которые рисуют комиксы в одну страничку, состоящие всего из нескольких фреймов. Такие мини-комиксы чаще всего несут развлекательный характер. Вот несколько примеров:

Комиксы в России с недавнего времени тоже начали приобретать довольно большую популярность. Издательство Bubble, появившееся еще в 2011 году, стало довольно популярно и издает сразу несколько линеек известных сейчас комиксов.

Например, «Бесобой». Действие комикса происходит преимущественно в Москве. Основная сюжетная линия рассказывает о похождениях борца с демонами Данилы (он же Бесобой) и его напарника, беса Шмыга. Параллельно с этим в Аду разворачивается борьба между демонами за престол Преисподней.

Комикс «Мироходцы» повест-

вует о команде мироходцев, которые путешествуют по параллельным мирам и спасают их от апокалипсиса.

А другой комикс «Красная фурия» рассказывает о приключениях профессиональной воровки и акробатки Ники Чайкиной в составе команды Международного агентства контроля.

А на октябрь 2019 года запланирован выход российского фильма режиссера Владимира Беседина по одной из популярных линеек Bubble Comics: «Майор Гром: Чумной Доктор».

Вселенная комиксов обширна, и вы обязательно найдете себе что-нибудь по душе!

Аня Файзиева





## ЭКОЛОГИЯ

# ПЕРЕРАБОТКА МУСОРА

КАК ОБСТОЯТ ДЕЛА В НАШЕЙ СТРАНЕ И КАК В ДРУГИХ?

Сегодня в России остро встает проблема переработки мусора. В марте этого года пронеслась волна протестов против мусорных полигонов — жители близлежащих населенных пунктов жалуются на неприятные запахи со стороны свалки, на отравление почвы и водоемов. Эта проблема ярко выражена в маленьком подмосковном городе Волоколамске. Люди живут с постоянной головной болью и плохим самочувствием, основной причиной которых является так называемый «свалочный газ». За медицинской помощью с момента выброса обратились как минимум 222 ребенка и 93 взрослых. Сделав замеры норм ПДК, местные жители пришли в ужас: предельно допустимая концентрация сероводорода превысила норму в 12 раз. С похожими проблемами сталкиваются и жители других городов — Коломна, Таруса, Клин, Тучково, Воскресенск, Наро-Фоминск.

Разумеется, главной причиной мусорной проблемы в России является отсутствие эффективной переработки бытовых отходов. Всего в России скопилось не менее 31 миллиарда тонн мусора, и эта цифра постоянно растет — каждый год на 60 миллионов тонн. Самое ужасное, что только 4% мусора идет на переработку, остальные 96% складировуют на мусорные полигоны. Они зани-



мают огромные площади — около 4.000.000 гектаров, что сравнимо с площадью таких государств, как Нидерланды или Швейцария. Предпосылка такого подхода проста: земли в стране много, зачем строить дорогие заводы по переработке или сжиганию, если значительно проще и дешевле отвезти мусор на свалку.

Самой преуспевающей страной в индустрии переработки мусора является Швеция. Сегодня в Швеции отсутствует понятие мусора вообще, ведь 99% бытовых отходов идет на переработку. Поскольку бытовые отходы содержат достаточно высокий процент органических веществ, для их переработки применяются термические методы, а именно — сжигание (примерно 50% мусора в Швеции). Не смотря на предвзятое отношение к данному методу переработки, в реальности он достаточно безопасен: дым от мусо-

росжигательных заводов состоит из 99,9% нетоксичных углекислого газа и воды. Отходы — относительно дешевое топливо и шведы разработали эффективную и прибыльную технологию превращения бытовых отходов в электроэнергию. Швеция даже импортирует более 700.000 тонн отходов из других стран. В 2015 году путем переработки в Швеции было произведено в общей сложности 17 ТВтч энергии: 14,7 ТВтч тепловой и 2,3 ТВтч электрической. Нельзя не сказать и про то, что в стране повсеместно внедрены пункты раздельного сбора мусора, а люди сами готовы такими пунктами пользоваться.

Поэтому, не стоит забывать, что в процессе переработки мусора участвуем в том числе и мы с вами. К сожалению, все опыты по внедрению системы раздельного сбора мусора в Москве провалились: специальные контейнеры для пищевых отходов, бумаги и стекла подавляющим большинством москвичей попросту игнорировались. К тому же в нашем законодательстве нет законов, предусматривающих наказание за выбрасывание мусора в неподобающем месте, тем более нет законов, как-либо поощряющих раздельный сбор мусора. Я надеюсь, что ситуация с мусором в нашей стране изменится: больше нельзя игнорировать проблему, разрушающую здоровье людей.

*Миша Карасёв*



## СОБЫТИЯ

# ЧЕМПИОНАТ МИРА ПО ФУТБОЛУ

ЧТО ДУМАЮТ О ТАКОМ ГЛОБАЛЬНОМ СОБЫТИИ НАШИ УЧИТЕЛЯ И УЧЕНИКИ

Этим летом в нашей стране состоится буквально историческое событие: Россия впервые станет хозяйкой чемпионата мира по футболу. Игры пройдут в 11 городах, как на европейской, так и на азиатской частях страны, из-за чего размах и без того грандиозного спортивного события кажется ещё более масштабным. С момента оглашения имени страны-хозяйки в 2010 году были построены новые стадионы, отреставрированы памятники архитектуры, выложены городские дороги (кое-где даже несколько раз). Подготовка и по сей день идёт полным ходом! Интересно, что думают по поводу этого события учителя и ученики нашей школы.

**Мария Сергеевна**

Всё-таки я счастлива, что в этом году буду чисто физически гораздо ближе к ЧМ по футболу, чем во все предыдущие разы. Расстраивает только тот факт, что моя мечта, гуляя по Тверскому бульвару, встретить Буффона так и не сбудется, потому что Италия не попала на чемпионат. Теперь придётся выбирать, за кого болеть.

Немного волнительно из-за того, что Россия организует чемпионат такого уровня впервые, многое нужно учесть, о многом позаботиться. Но я уже пару лет провожу своё расследование: из 11 городов-организаторов я была в 7 (не специально ради ЧМ, так просто сложилось), и — очень забавно — почти

везде местные жители говорили, что они уже совершенно готовы к проведению чемпионата. Этот замечательный настрой обнадеживает, ведь дух народа, как отмечал ещё Л.Н. Толстой, это залог успеха.

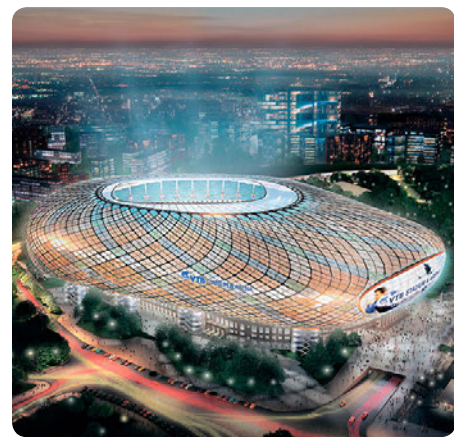
**Некруз Холиков (6 «А»)**

На мой взгляд, у сборной России есть шансы на выход из группы, так как группа не очень сильная. Также Лео Месси получил свой шанс, группа у него ниже уровня его сборной, кроме сборной Хорватии, они примерно на одном уровне со сборной Аргентины. Хочу отметить, что Месси в неплохой форме.

Сборная Португалии, чемпион Европы 2016, может спокойно выйти из группы, ибо Марокко и Иран

не уровень нынешней сборной Португалии.

Я болею за сборную Бразилии, потому что мне нравится стиль их игры, к тому же там играет один из моих любимых игроков Живанилду Виейра де Соуза.



## АКТУАЛЬНОЕ

## УБИТЬ НЕЛЬЗЯ, СПАСТИ

МОЖНО ЛИ ОПРАВДАТЬ УБИЙСТВО ЖИВОТНЫХ МЕЖДУНАРОДНЫМ СОБЫТИЕМ?

Бездомные животные... Это те, кого мы видим каждый день на улице, в дождь, в снег и жаркое солнце, в любую погоду. Часто им не хватает еды, их постоянно пинают, кидают камни, издеваются над ними. Каждый день этим животным приходится бороться за свое место под солнцем. Довольно мрачная картина. Но на самом деле всё не так уж и плохо. Существует множество фондов, которые помогают животным. Или те же приюты. Конечно же, мы имеем ввиду честные организации, которые не наживаются на беде других.

Раньше производили отлов животных и отправляли их в приют!

но сейчас ситуация изменилась. Ни для кого не секрет, что в России пройдёт Чемпионат мира по футболу, и многие этому радуются. Приедет огромное количество фанатов со всего мира, однако есть одна проблема. Животных начнут истреблять. Конечно, можно было бы отловить, стерилизовать и отдать в приют. По деньгам оба варианта одинаковы, но второй более энергозатратный. Естественно, проще убить.

Почему их хотят истребить? Существует множество слухов о бездомных животных. Они грязные, бешеные, агрессивные, кусачие, слабоумные, неправильные, непривлекательные, злые и т.д.

Но это не так. Посудите сами. Эти животные живут на улице, где не устанавливают специальные ванны со свечами и лепестками роз. А агрессивные они, потому что зверей постоянно обижают, вот они и защищаются. Поэтому не стоит их бояться. Немного терпения и у вас будет новый преданный друг. Только будьте с ним осторожнее. Помните, он нуждается в заботе и любви, и если вы не можете этого дать, то, пожалуйста, не мучайте его. Не берите их из приюта, даря надежду, а потом отнимая её. Но если вы готовы дать всего себя, то это того стоит. Вас будут любить, ценить и защищать.

*Женя Лысенкова*



## АКТУАЛЬНОЕ

**ВМЕСТЕ ВЕСЕЛО ШАГАТЬ...**

НЕТ ДРУЗЕЙ? НЕ БЕДА! ПОМОЖЕМ НАЙТИ

Опять сидишь на перемене в одиночестве, пока все остальные что-то активно обсуждают между собой? В этой статье мы расскажем, как изменить подобную ситуацию и обзавестись друзьями. С одноклассниками мы волей-неволей взаимодействуем каждый день, поэтому важно найти хотя бы одного человека, с которым тебе будет интересно и приятно общаться. Но сначала надо разобраться: почему сейчас всё происходит именно так?

**Причина 1: Твоё поведение**

Не зря существует поговорка: «В чужом глазу соринку видишь, а в своём бревна не замечаешь». Вспомни, как ты общаешься с одноклассниками и ответь себе честно на пару вопросов: ты вежлив(а) с ними? Что бы ты почувствовал(а), если бы так же говорили с тобой? Поверь, ни одному человеку не нравится, когда его оскорбляют (даже в шутку) и ведут себя высокомерно. Если где-то в глубине души ты понимаешь, что так твои попытки задать дружеский тон общения и выглядят со стороны, то лучше срочно сменить тактику. Она отталкивает и совсем не красит тебя в глазах окружающих.

**Причина 2: Стеснительность**

Неуверенность в себе — до-

статочно распространенная проблема в современном обществе и с ней время от времени сталкивается каждый. Но если она постоянно преследует, то это значит, что нужно разобраться в себе и понять, из-за чего конкретно она появилась и почему кажется, что с тобой никто не захочет общаться. Причины у каждого свои, но самая распространенная — комплексы. В этом случае можем посоветовать только одно — научись с ними бороться и тогда от зажатости не останется и следа.

**Причина 3: Ты плохо знаешь своих одноклассников**

В наше время необязательно напрямую спрашивать у человека, чем он увлекается и что любит. Об этом можно легко узнать, просмотрев его страничку в любой социальной сети — подписки, фотографии, записи на стене. Полученную информацию искусно внедряем в разговор и вот он — диалог, интересный обоим собеседникам. Элементарно, Ватсон!

**Причина 4: У вас мало общего**

Достаточно часто бывает так, что состав класса слишком разнообразный. Но, как нам кажется, это не проблема — важно уметь общаться даже с теми, кто совсем на тебя не похож. Может, у вас

и разные интересы, но почему бы не узнать что-то новое, вдруг ты тоже этим увлечешься? В крайнем случае всегда можно найти какие-то нейтральные темы, с помощью которых можно поддержать диалог с любым человеком.

**Причина 5: Дело не в тебе**

Если все вышеописанные пункты не соответствуют твоей ситуации, то скорее всего у вас просто не очень дружный класс. Если вдруг после множества попыток наладить эту ситуацию ты чувствуешь, что общаться с одноклассниками действительно неприятно, то выход только один — не тратить моральные силы и свести взаимодействие с ними к минимуму. Но это не значит, что своё недовольство надо открыто демонстрировать — худой мир лучше доброй ссоры. В конце концов, друзей можно найти не только в своём классе!

Надеемся, что тебе удалось узнать в одной из причин себя или своих одноклассников и решить, что делать в таких ситуациях. Помни, настоящая дружба — это самый искренний вид взаимоотношений и данными советами стоит пользоваться только если ты искренне хочешь начать общаться с каким-либо человеком, а не ради корыстных целей.



Варя Филиппенко

## ДЕЛА ШКОЛЬНЫЕ

**БЫТЬ ИЛИ НЕ БЫТЬ?**

КАК НЕ ОШИБИТЬСЯ С ВЫБОРОМ БУДУЩЕЙ ПРОФЕССИИ

Пожалуй, у каждого из нас есть история о том, кем мы хотели быть в детстве. Кто-то мечтал о путешествии в космос, кто-то хотел спасать животных или даже оперировать людей. Но так случается, что с возрастом наша позиция в выборе профессии изменяется. Часто на это влияют наши родители, которые хотят заполучить от нас чёткий ответ на вопрос о нашей будущей жизни. Но почему мы должны принимать такое сложное решение, определяющее всю нашу дальнейшую жизнь, именно в таком сравнительно раннем возрасте?

Существует неверное мнение о том, что возможно выбрать свою специальность буквально за несколько месяцев до ЕГЭ. Самое главное, что вы должны запомнить: ваша будущая профессия — это не решение одного вечера. Для того, чтобы определиться с направлением своей жизни в дальнейшем, нужно задать себе важные вопросы: «Что мне нравится? Какой я вижу свою дальнейшую жизнь? Чем бы мне хотелось заниматься? В чем я чувствую себя уверенным?» А ещё нужно знать часто совершаемые ошибки других молодых людей.

**Переносить ответственность**

Не всегда следует прислушиваться к мнению других в выборе

профессии, ведь учиться дальше вам, а не советующим людям. И только вы можете точно знать, что для вас должно быть наилучшим вариантом. Кстати, сюда относятся и поступление в университет «за компанию».

**Ориентироваться только на зарплату и престиж**

Оплачивается не профессия, а должность и уровень квалификации. Например, зарплата и престиж шеф-повара в дорогом ресторане и повара в школьной столовой различаются в десятки раз. Можно запросто найти школьного учителя, который получает больше PR-менеджера. Если говорить о престижности профессии, то часто это понятие относительно: зависит от круга общения и довольно быстро меняется со временем.

**Выбирать профессию, не имея о ней достоверной информации**

«Хочу быть менеджером. Что он делает? Ну, не знаю...» Большинство молодых людей мало осведомлены о том, как, собственно, складывается рабочий день представителей той или иной профессии, что входит в их профессиональные обязанности, а также какие качества нужны, чтобы осилить эту работу.

**Ставить знак равенства между профессией и учебным предметом**

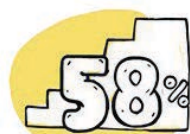
Часто школьники рассуждают по принципу «нравится химия — значит, буду химиком». Но под это определение подходит множество профессий: технолог пищевого производства, фармацевт, учитель химии, ученый, занимающийся фундаментальной наукой, и многие другие.

**Ставить слишком завышенные или слишком заниженные планки**

Часто профессия выбирается исходя из ложной оценки своих способностей: «Я мечтаю стать хирургом, но я дура, я не справлюсь. Лучше пойду в продавщицы». Обратный вариант: «Я классно пою в хоре, и никакая карьера, кроме звезды эстрады, меня не устраивает». Это совсем не та позиция, которую следует занимать.

Но даже если так и случилось, что вы много-много думали, подали документы в выбранный вами ВУЗ, немного поучились и поняли, что это не ваше, то не стоит унывать и учиться там, где вам некомфортно. Важно то, что вы вовремя поняли, что такая профессия — совсем не ваше, ведь дальше работа с тем, что вам не нравится, не принесёт никакого удовольствия. Ошибки — это не страшно!

Даша Медунова

**ЧТО ДЛЯ ВАС ВАЖНО ПРИ ВЫБОРЕ ПРОФЕССИИ?**

Карьерный рост



Имидж компании



Гибкий график



Возможность работать удаленно



Расположение



Зарплата



Интересные задачи



Комфортные условия



ИНТЕРВЬЮ

# СТРАШНЫЙ СОН ВЫПУСКНИКА

ИЗМЕНИТЬ СВОЕ РЕШЕНИЕ НИКОГДА НЕ ПОЗДНО

Каждый школьник в какой-то момент задумывается о том, куда поступать после школы. Как выбрать направление, в какие ВУЗы нести копии и куда оригинал документов, что учить к вступительным экзаменам и стоит ли вообще выбирать направление, где нужно что-то кроме ЕГЭ. В какой-то момент с этим столкнулась и я. Пришло время выбора предметов, которые я буду сдавать. ЕГЭ. Именно результаты экзаменов определяют в какие институты нести документы. Но обо всем по порядку.

Сначала я попыталась понять, чем же я хочу заниматься в жизни, где работать, что делать. Хотелось одновременно стать журналистом, писать книги и переехать в Австралию для изучения местной фауны. Остановившись на том, что журналистика мне ближе всего, я открыла браузер и начала смотреть, какие есть направления и что же мне нужно сдать, чтобы поступить. Конечно, я смотрела и другие специальности, и даже университеты за границей, даже несмотря на то, что мой уровень владения иностранным языком невысок. Я определилась, какие предметы собираюсь сдавать, заполнила заявление и начала готовиться.

Предметов я сдавала много, во всяком случае, тогда мне казалось

именно так: литература, профильная математика, информатика и обществознание. Конечно же, не стоит забывать еще и про русский язык, а также базовую математику, которую я решила сдать для собственного спокойствия. Я посещала подготовительные курсы и введение в профессию, активно участвовала в школьной жизни — готовилась. Тогда мне казалось, что именно журналистикой я и хочу заниматься дальше. Когда человек во что-то верит, ему свойственно преувеличивать те или иные положительные вещи. Тоже самое касается выбора профессии: нельзя наивно полагать, что вот тем я хочу заниматься, а этим — нет. Хотите ли вы изучать языки, или может вам ближе история, программирование, или что-то еще? Попробуйте позаниматься всем, что вам интересно, не стоит сразу заикливаться на определенном решении. Да, быть главным редактором школьной газеты мне действительно нравилось, а основываясь на этом, я не стала рассматривать другие профессии, кроме журналиста.

Я хотела издаваться в популярных изданиях, брать интервью у известных людей, ездить за границу, а получилось поступить только на прикладную информатику. Такое тоже случается. Часто прег-

радой к поступлению на конкретный факультет являются либо непонятно зачем нужные предметы для сдачи (например литература на кинооператорском факультете во ВГИКе), либо высокие баллы по нужным предметом. Посмотрите демоверсии всех предметов, попробуйте их решить — это тоже может помочь выбрать оптимальный для вас факультет/направление.

Прошли июньские экзамены, и наступил тот долгожданный момент, когда пришли результаты экзаменов. Настала пора сравнить свои баллы с проходными баллами прошлых лет. Не стоит расстраиваться, если вдруг ваш балл ниже среднего проходного — средний балл формируется и из низких, и из высоких баллов, не правда же? Подавайте документы во все пять возможных вузов. В конце июля будет доступен список рекомендованных к зачислению — и тогда несите оригинал документов с самый лучший вуз, куда вы прошли.

Я так и не подала документы на журналистику, хотя шанс поступить у меня был. Я отучилась на прикладной информатике год, успешно сдала две сессии и забрала документы. Почему так получилось? Я поняла, что это не мое, а, может, мне не повезло с направлением?.. В любом случае этот год дал мне возможность наконец понять, что я больше всего на свете люблю творить. Это — сценография. В этом июле меня снова ждет вступительная гонка, но теперь я выбрала для себя те направления, которые действительно мне интересны.

А напоследок я хочу дать вам небольшой совет. Не повторяйте чужих ошибок, учитесь на них. Пробуйте, решайтесь, испытывайте. Пусть не у всех получается найти то, что хочется с первого раза, но не бросайте дело на полпути. Помните — есть еще и магистратура!

*Дарья Билибина*



ДО СВИДАНИЯ, МИЛЫЙ ДРУГ

# ПОСЛАНИЕ ОТ РЕДАКЦИИ

С ЛЮБОВЬЮ, ВАШИ КСЮША И МИША

В 2010 году некогда издававшаяся в нашей школе газета ожила. Она получила название «Ориентир». В редакции появилось много учеников, заинтересованных в журналистике. Сначала главным редактором был Давид Кучиев (2010-2012), потом Даша Билибина (2014-2016), а затем пришла Ксюша Медведева (2016-2018). Её верным помощником стал Миша Карасев. И Ксюша, и Миша до этого непосредственно помогали в создании газеты — писали статьи, были выпускающими редакторами, создавали обложки.

Ксюша отвечала за организацию деятельности газеты в целом, а Миша занимался программным обеспечением и фотошопом. С их приходом газета претерпела большие изменения: появился новый дизайн, газета стала верстаться

в новой версии InDesign, выпуски стали более яркими и содержательными, а жанровая составляющая стала еще разнообразнее.

Ксюше и Мише было невероятно приятно работать вместе над газетой (несмотря на все противоречия, которые между ними возникали). Помимо хороших воспоминаний, они получили также большой опыт работы в сфере журналистики.

Теперь, роняя скую слезу, Ксюша и Миша искренне переживают за судьбу «Ориентира». Кто возьмет на себя бремя ответственности за целый организм, который непрерывно работает уже 4 года? Может быть, это будешь ты, дорогой читатель? А может быть твой друг?.. «Ориентир» ждет своих новых вдохновителей.

Напечатали

**254184**

символа

На создание газеты потрачено

**423**

часа нашей жизни

Написали

**38105**

слов

Сверстали

**108**

полос

Отправили в печать

**3120**

страниц

Мы

**∞**

благодарны нашим верным читателям!



## РЕДКОЛЛЕГИЯ

**Главный редактор:**  
Ксюша Медведева

**Дизайнер-оформитель:**  
Миша Карасев  
Ксюша Медведева

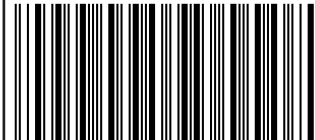
**Выпускающий редактор:**  
Соня Логвинова

**Верстка:**  
Миша Карасев  
Ксюша Медведева

**Корреспонденты:**  
Женя Лысенкова  
Даша Медунова  
Аня Файзиева  
Варя Филиппенко  
Даша Малова  
Мария Сергеевна  
Даша Билибина  
Миша Карасев  
Ксюша Медведева  
Лев Музюкин  
Кира-Дорофея Дубовая  
В. П. Грецова  
Некруз Холиков



RSPR 77-02124-Г-01



Зарегистрировано в Реестре школьной прессы России. Portal.lgo.ru